

Утверждаю
Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92
Б.Р.Баев

МЕНЮ на 01.09.2025 г. интернат 7-11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины				
		всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	PЭ,мкг	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг
Завтрак																
Омлет с зеленым горошком №235, сб.2025	160	13,85	13,51	21,00	0,00	5,35	262,76	96,8	22,93	220,5	2,36	201,4	49,75	0,08	0,12	2,63
Хлеб пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом №1, сб.2025г.	80	4,13	0,00	0,52	0,52	26,97	128,31	12,02	17,25	45,47	1,05	0	0	0,69	0,08	0
Чай с молоком и сахаром №301, сб. 2025	200	1,55	1,45	1,45	0,00	11,36	62,41	53,06	6,09	39,15	0,07	6	11	0	0,01	0,26
Салат витаминный №21	60	0,89	0,00	2,73	0,00	7,70	56,06	21,62	11,05	18,34	0,55	0	301,91	1,45	0,02	3,8
Сок фруктовый ТК № 6	200	1,00	0,00	0,20	0,20	20,60	86,48	14	8	14	2,8	0	0	0,2	0,02	4
Хлеб пшеничный ТК № 1	20	1,32	0,00	0,12	0,12	10,36	47,86	2,6	1,88	8,71	0,17	0	0	0,22	0,02	0
Итого за 'Завтрак'		22,74	14,96	26,02	0,84	82,34	643,89	200,1	67,19	346,2	6,99	207,4	362,66	2,64	0,27	10,69
Обед																
Салат "Студенческий" №41, сб.2025	80	2,84	1,52	8,39	0,00	7,31	113,75	15,86	16,14	56,2	0,65	18	349,13	3,71	0,06	2,01
Суп картофельный с макаронными изделиями №61 сб.2025	200	4,40	2,12	3,60	0,00	17,72	119,08	12,97	18,33	47,77	0,78	11,33	174,34	0,25	0,08	5,28
Перец, фаршированный мясом говядины и рисом ТК № 33/8: сб. 2025г.	200	15,46	13,85	15,17	2,25	16,10	256,49	31,86	26,41	138,2	2,35	21	376	2,31	0,11	108,3
Компот из смеси сухофруктов №310, сб.шк.2025г.	200	0,75	0,09	0,04	0,00	41,56	158,30	0,6	0	0	0,06	0	0	0	0	0
Хлеб пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом №1, сб.2025г.	30	1,55	0,00	0,20	0,20	10,11	48,12	4,51	6,47	17,05	0,39	0	0	0,26	0,03	0
Хлеб ржано-пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом №2, сб.2025г.	30	2,23	0,00	0,26	0,26	13,79	67,63	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Итого за 'Обед'		27,23	17,58	27,65	2,71	106,59	763,38	65,8	67,35	259,2	4,24	50,33	899,46	6,53	0,28	115,6
Полдник																
Пирожки печеные с морковью и яйцом №5.2 сб.2025	80	5,63	1,46	6,54	0,00	30,66	202,01	20,89	16,18	64,57	0,86	38,3	663,51	0,33	0,07	0,25
Йогурт №297 сб. 2025	200	5,12	5,12	5,64	0,00	7,06	102,84	211,7	24,7	167,6	0,18	35,28	39,6	0	0,05	1,23
Банан сб.2025г. ТК № 5	225	3,38	0,00	1,13	1,13	51,08	214,88	18	94,5	63	1,35	0	45	0,9	0,09	22,5
Итого за 'Полдник'		14,12	6,57	13,31	1,13	88,79	519,72	250,6	135,4	295,2	2,38	73,58	748,11	1,23	0,21	23,99
Ужин																
Нарезка из огурцов и помидоров урожай 2025 года ТК № 8	60	0,57	0,00	4,89	4,89	2,61	55,71	11,1	10,2	20,5	0,45	0	42,9	2,35	0,03	10,5
Филе горбуши, запеченное с картофелем №90, сб.2025	200	14,21	12,56	9,37	0,22	18,02	211,76	31,36	8,4	103,2	0,86	28,49	90,07	0,69	0,06	0,03
Кофейный напиток на молоке №304, сб.2025	200	2,86	3,04	2,82	0,00	14,91	93,76	105,9	12,18	78,3	0,11	12	22	0	0,03	0,52
Хлеб ржано-пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом №2, сб.2025г.	50	3,72	0,00	0,44	0,44	22,98	112,72	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Вафли сб.2025	20	0,56	0,00	0,66	0,00	16,08	68,89	3,2	2	7,2	0,3	0,4	0,6	0,14	0,01	0
Итого за 'Ужин'		21,92	15,61	18,17	5,54	74,60	542,84	151,5	32,78	209,2	1,72	40,89	155,57	3,18	0,12	11,05
второй ужин																
Молоко кипяченое №299, сб.2025	200	5,74	6,11	5,93	0,00	9,01	111,25	222,5	25,66	165	0,18	25,28	46,35	0	0,06	1,1
Итого за 'второй ужин'		5,74	6,11	5,93	0,00	9,01	111,25	222,5	25,66	165	0,18	25,28	46,35	0	0,06	1,1
Итого за день		91,76	60,83	91,09	10,22	361,33	2581,08	890,5	328,4	1275	15,5	397,5	2212,15	13,58	0,95	162,4

Зав.производством:

(Хурятулина Р.М.)

Медсестра

(Кузьмина О.В.)

Утверждаю
Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92

Б.Р.Баев

МЕНЮ на 01.10.2025 г. интернат с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины				
		всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	PЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	C,мг
Завтрак																
Омлет с зеленым горошком №235, сб.2025	180	15,58	15,20	23,62	0,00	6,02	295,61	108,9	25,8	248	2,65	226,6	55,97	0,09	0,13	2,96
Хлеб пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом №1, сб.2025г.	100	5,16	0,00	0,65	0,65	33,71	160,39	15,03	21,56	56,84	1,31	0	0	0,87	0,1	0
Чай с молоком и сахаром №301, сб. 2025	200	1,55	1,45	1,45	0,00	11,36	62,41	53,06	6,09	39,15	0,07	6	11	0	0,01	0,26
Салат витаминный №21	70	1,04	0,00	3,18	0,00	8,99	65,40	25,22	12,89	21,39	0,64	0	352,23	1,69	0,02	4,44
Сок фруктовый ТК № 6	200	1,00	0,00	0,20	0,20	20,60	86,48	14	8	14	2,8	0	0	0,2	0,02	4
Хлеб пшеничный ТК № 1	30	1,98	0,00	0,18	0,18	15,54	71,79	3,9	2,81	13,07	0,25	0	0	0,33	0,03	0
Итого за 'Завтрак'		26,31	16,65	29,29	1,03	96,21	742,08	220,1	77,15	392,5	7,72	232,6	419,2	3,17	0,32	11,65
Обед																
Салат "Студенческий" №41, сб.2025	100	3,55	1,91	10,48	0,00	9,13	142,19	19,83	20,17	70,25	0,82	22,5	436,41	4,64	0,08	2,51
Суп картофельный с макаронными изделиями №61 сб.2025	250	5,50	2,64	4,50	0,00	22,15	148,85	16,21	22,92	59,71	0,97	14,16	217,92	0,31	0,1	6,6
Перец, фаршированный мясом говядины и рисом ТК № 33/8 сб. 2025г.	220	17,01	15,23	16,68	2,48	17,71	282,14	35,05	29,05	152	2,59	23,1	413,6	2,54	0,12	119,1
Компот из смеси сухофруктов №310, сб.шк.2025г.	200	0,75	0,09	0,04	0,00	41,56	158,30	0,6	0	0	0,06	0	0	0	0	0
Хлеб пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом №1, сб.2025г.	60	3,10	0,00	0,39	0,39	20,23	96,24	9,02	12,94	34,1	0,78	0	0	0,52	0,06	0
Хлеб ржано-пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом №2, сб.2025г.	50	3,72	0,00	0,44	0,44	22,98	112,72	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Итого за 'Обед'		33,62	19,87	32,54	3,31	133,77	940,45	80,7	85,07	316,1	5,22	59,76	1067,93	8,01	0,36	128,2
Полдник																
Пирожки печеные с морковью и яйцом №5.2 сб.2025	100	7,04	1,82	8,18	0,00	38,32	252,51	26,11	20,22	80,71	1,07	47,87	829,38	0,41	0,08	0,32
Йогурт №297 сб. 2025	200	5,68	5,68	6,27	0,00	7,84	114,27	235,2	27,44	186,2	0,2	39,2	44	0	0,06	1,37
Банан сб.2025г. ТК № 5	225	3,38	0,00	1,13	1,13	51,08	214,88	18	94,5	63	1,35	0	45	0,9	0,09	22,5
Итого за 'Полдник'		16,10	7,51	15,57	1,13	97,24	581,65	279,3	142,2	329,9	2,62	87,07	918,38	1,31	0,23	24,19
Ужин																
Нарезка из огурцов и помидоров урожай 2025 года ТК № 8	100	0,95	0,00	8,14	8,14	4,35	92,86	18,5	17	34,16	0,75	0	71,5	3,92	0,05	17,5
Филе горбуши, запеченное с картофелем №90, сб.2025	230	16,34	14,45	10,77	0,25	20,72	243,52	36,06	9,66	118,6	0,98	32,77	103,58	0,79	0,07	0,04
Кофейный напиток на молоке №304, сб.2025	200	2,86	3,04	2,82	0,00	14,91	93,76	105,9	12,18	78,3	0,11	12	22	0	0,03	0,52
Хлеб ржано-пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом №2, сб.2025г.	70	5,21	0,00	0,62	0,62	32,17	157,81	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Вафли сб.2025	40	1,12	0,00	1,32	0,00	32,16	137,78	6,4	4	14,4	0,6	0,8	1,2	0,28	0,01	0
Итого за 'Ужин'		26,49	17,49	23,67	9,01	104,32	725,72	166,8	42,84	245,5	2,45	45,57	198,28	4,99	0,15	18,06
второй ужин																
Молоко кипяченое №299, сб.2025	200	5,74	6,11	5,93	0,00	9,01	111,25	222,5	25,66	165	0,18	25,28	46,35	0	0,06	1,1
Итого за 'второй ужин'		5,74	6,11	5,93	0,00	9,01	111,25	222,5	25,66	165	0,18	25,28	46,35	0	0,06	1,1
Итого за день		108,26	67,63	107,00	14,47	440,55	3101,16	969,5	372,9	1449	18,2	450,3	2650,14	17,49	1,13	183,2

Завпроизводством: (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра (Кузьмина О.В.)

Имя: А.А.А.А.
 Фамилия: Б.Р.Б.
 Подпись: Б.Р.Б.
 Наименование бл.: Уфимская КШИ №92

МЕНЮ на 01.10.2025 г. школа 7-11 лет

[illegible]

For -

(Хурматуллина Р.М.)



(Кузьмина О.В.)

Наименование блюда

Наименование блюда

МЕНЮ на 01.10.2025 г. школа с 12 лет и старше

[illegible]

Завпроизводством: _____ (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра  (Кузьмина О.В.)